



お誕生日ですが
うらな記念日は
おめでとうございます。
しんじくを
おめでとうだけ

まだまだ暑さ対策も必要な10月ですね。朝夕の風に少し秋らしさも感じられます。空気が乾燥しはじめるこの時期は肺・呼吸器系に御注意下さい。普段なにげなく使っている病氣という言葉は「氣は病む」という意味で 貝原益軒の「百病はみな氣より生ず。病とは氣。病むなり」という言葉が元になっているそうです。現代では「病は氣から」という根性論精神論的の考えが強いように思いますが、本来はストレスによって氣の巡りが悪くなると、血や水の巡りも乱れて、やがて五臓六腑にも影響して病を発症するという事です。病の予防という観点からは 氣の巡りを整えることが大事です。ストレスの影響で胃腸の調子が悪くなることは多いですし、イライラするとか不安感が強くなったり、何もする気がしないといった抑うつ症状などもストレスによる症状としてよくみられます。持続的な強いストレスも免疫力の低下さらにはストレス抵抗力の低下に結びつきます。こんな時、眠りも直すことも大事です。世界的にみても睡眠時間の短い日本人。本人は気にしていなくても、ストレスによる睡眠障害が昼間の体調不良の原因になっていることもあります。良質な睡眠は成長ホルモンの分泌により、昼間に傷ついた細胞の修復や栄養代謝が改善されるほか、ぐっすり眠ることは自律神経のバランスを整え、免疫力の維持につながります。人生の3分の1を占める眠り、この時間帯α氣の巡りの不調は本人が気づかぬうちに昼間の精神的、肉体的不調に大きく影響しています。睡眠障害のタイプに合わせて速効性のある しゃ香製剤 や 羚羊角製剤 で睡眠の質を改善がはかれます。睡眠中α氣の巡りを安定させることはストレス抵抗力を高め、百病の予防につながります。「救心感痛丸」「救心能活精」

保護者の預りさんをはじめ1年、黒ネコセウセンはまだいます。7.8月と譲渡会では御縁がありました。どなたかお知り合いにもどうぞよろし。難治性口内炎でひどかったお口の状況もおちつきました。保護主さんからの免疫力アップサプリとうちの漢方でたぶん完治。(2月継続良好) 10/6(日)久屋大通公園インセン会場、動物フェスティバル2024なごせか 10:30~16:00 開催します。この日も長寿表彰され、写真が会場内で紹介される予定です。(大々) うふふ。♡



行かたしよ!!